



スクールカウンセラーだより

保護者の皆様へ

はじめまして。今年度、長原小学校でスクールカウンセラーとして勤務させていただきます。村井と申します。

子育てをしていると、ふとした疑問がわいたり、心配になるときがあるかと思えます。そのようなとき一人で考えて、抱え込んでおられませんか？一人で考えていると今までの自分の対処法・考え方で対応しようとするので、同じことを繰り返して、その問題から抜け出せないことがあります。

誰かに話をして心が軽くなったり、他の人の話を聞いて次はこうしてみようと思ったような経験をしたことがあるのではないのでしょうか。ものごとに行き詰ったとき、誰かと一緒に考えるということは、解決の糸口を見つけるポイントの一つです。周りの話せる人、頼れる人、先生、スクールカウンセラーなどと話して、他の人の視点や考え方を知り、新たなやり方を探ってみるのはいかがでしょうか。

日々のやらなければいけないことが多すぎると、余裕がなくなってイライラしたり、不安になることもあるのではないのでしょうか。

どのような方法なら問題が解決できそうか。自分のいきたい方向に進めそうか。そのようなことを一緒に考えて、整理するお手伝いをさせていただければ幸いです。

ご相談はどうぞお気軽にお申し込みください。



相談日：5/17(火)、6/13(月)、7/4(月)、9/5(月)、10/3(月)・31(月)、11/21(月)、12/12(月)、1/23(月)、2/13(月) ※日程は変更する場合があります。

相談時間：約50分

お申込方法：相談予約や空き時間の確認は教頭先生までご連絡ください。

